

ОСОБЕННОСТИ ИГРЫ В ЗАЩИТЕ КВАЛИФИЦИРОВАННЫХ БАСКЕТБОЛИСТОВ (НА ПРИМЕРЕ НАЦИОНАЛЬНОЙ БАСКЕТБОЛЬНОЙ АССОЦИАЦИИ)

В.В. Козин

Сибирский государственный университет физической культуры и спорта,
Россия, cousi@mail.ru

Введение. В основе игровой деятельности спортсменов находится единоборство нападающего с опекающим его защитником, борьба между защитой и нападением. Некоторые специалисты отдают предпочтение нападению, рассуждая о том, что большее количество атак позволит создать больше возможностей для реализации различных бросков. Другие утверждают, что только защита позволит добиться победы над соперником и, пресекая атаки, игроки смогут изучить действия соперников, тем самым получая над ними превосходство в нападении [1].

В современном баскетболе показатель времени применения прессинга в среднем за игру вырос почти втрое по сравнению с 90-ми годами, и все больше команд в игровой деятельности делают акцент на защитных действиях против нападающих, владеющих мячом, что отрицательно сказы-

вается на результативности бросков. Защитные действия выступают как фактор, обуславливающий характер противодействий, в которых проявляются все остальные игровые факторы [2].

В виду этого необходимо изучить особенности защитных действий квалифицированных баскетболистов для дальнейшего совершенствования методики технико-тактической подготовки игроков.

Методы. Анализ научно-методической литературы позволил определить проблему исследования, а также разработать технологию регистрации и анализа игровой деятельности баскетболистов.

В качестве метода наблюдения за соревновательной деятельностью баскетболистов выступал анализ видеоматериалов. Наблюдения осуществлялись в течение сезона Национальной баскетбольной ассоциации 2011–2012 гг. Был выполнен анализ 143 видео эпизодов атак.

Измерение расстояния между защитником и нападающим, а также дистанции выполнения броска осуществлялось путем наложенной на изображение, через программную оболочку «abode premier cs5», сетки с измерительной шкалой, соответствующей размерам баскетбольной площадки. Для этого были отобраны видео эпизоды, в которых фокус видеокамеры перемещался в двух направлениях на одинаковом расстоянии от площадки [5,6].

Результаты исследования и их обсуждение. Эффективность выполнения атакующих и защитных действий решает исход атаки. Поэтому при характеристике защитных действий баскетболистов в соревновательной деятельности внимание акцентируется на результативности бросков мяча в кольцо [4].

Для равномерного распределения расстояния между защитником и нападающим предположим, что на баскетбольной площадке 15x28 метров находятся 10 баскетболистов с равной личной территорией, размеры которой определяются окружностью. В итоге, радиус личной территории каждого баскетболиста, находящегося на баскетбольной площадке, составляет приблизительно 3,24 метра. Исходя из этого, условно разделим расстояние между защитником и нападающим: до 1-го метра; от 1-го до 2-х метров; от 2 до 3-х метров; свыше 3-х метров.

В соревновательных условиях игроки высокой квалификации чаще всего выполняют броски на расстоянии до защитника от 1-го до 2-х метров. Низкую результативность дистанционных бросков игроки показывают на расстоянии между нападающим и защитником до 1-го метра. По мере увеличения расстояния между игроками результативность и количество бросков повышаются. В такой ситуации баскетболисты, после получения мяча, либо моментально выполняют бросок, не дожидаясь приближения защитников, либо используют игровое пространство для их обыгрывания. Уменьшение количества бросков на расстоянии между игроками от 2-х и более метров объясняется плотной опекой защитников и высоким уровнем защитных действий. Значительное снижение результативности и количества бросков происходит на дальней дистанции на расстоянии между игроками до 1-го метра (рис.1).

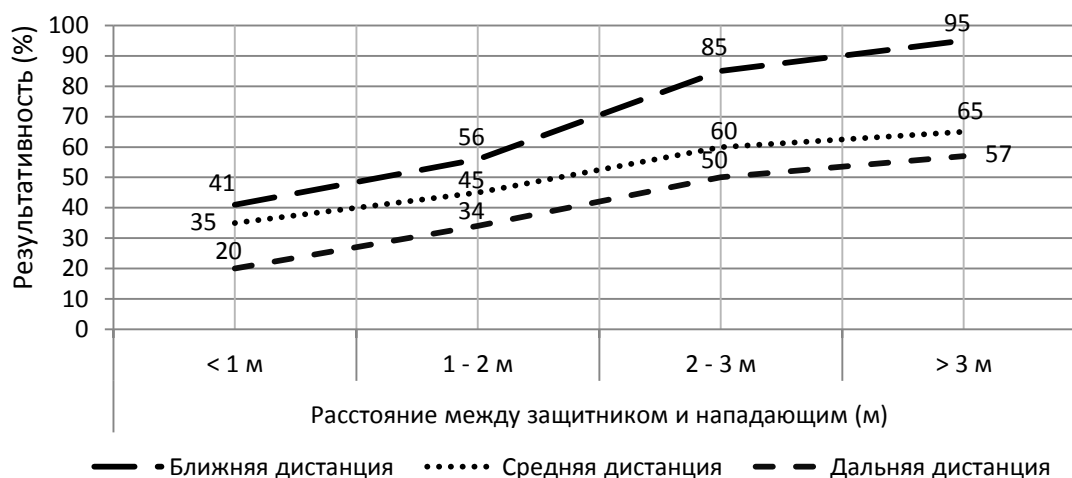


Рисунок 1 – Динамика результативности дистанционных бросков на разных расстояниях между защитником и нападающим

Динамика результативности дистанционных бросков имеет колебательный характер с особенностями, характерными для разных расстояний между нападающим и защитником. Самая высокая результативность бросков мяча в корзину достигается на ближней и средней дистанциях, при расстоянии между защитником и нападающим свыше 3-х метров. Результативность также снижается до 30% на расстоянии между игроками до 1-го метра и с увеличением дистанции броска.

На разных расстояниях до нападающего защитники применяют характерные направления передвижений: наступательные (защитник передвигается в сторону нападающего), выжидающие (защитник занимает правильное исходное положение на пути нападающего, или ждет совершения ошибки с его стороны), сопровождающие (защитник передвигается за нападающим, или рядом с ним) (рис.2).

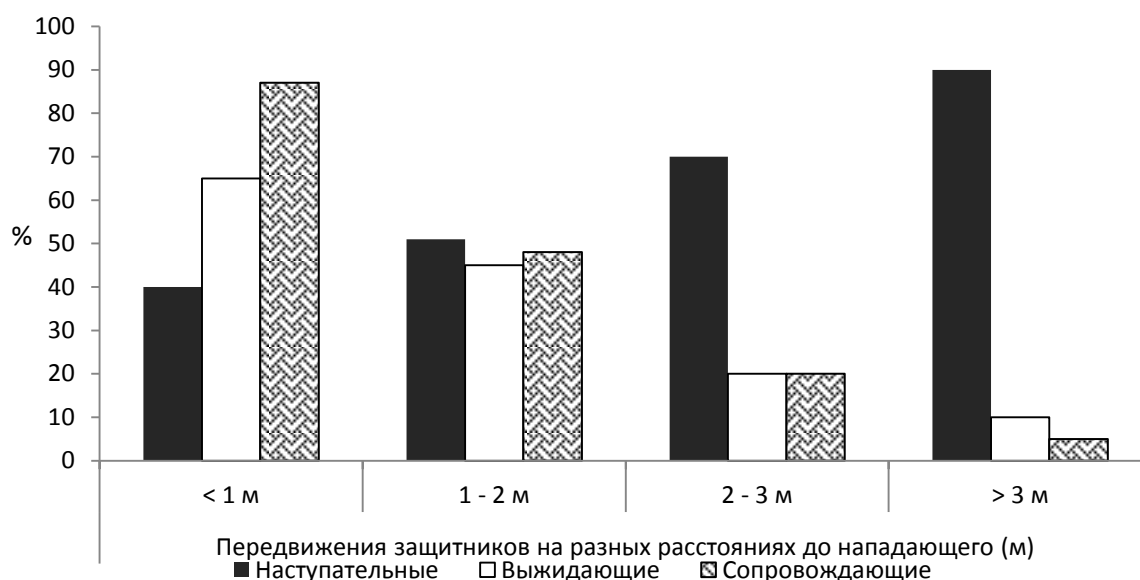


Рисунок 2 – Характер передвижений защитников, препятствующих выполнению броска мяча

С уменьшением расстояния между соперниками защитники чаще используют сопровождающие и выжидающие движения. Снижение количества выжидающих движений, напротив, происходит с увеличением расстояния между соперничающими игроками.

С увеличением расстояния от защитника до корзины использование нападающим игрового пространства за ним повышается до 53%. С приближением нападающего к корзине повышается результативность бросков, а это, в свою очередь, свидетельствует о том, что использование игрового пространства за защитником способствует повышению результативности и увеличению количества бросков. Высокая результативность бросков с ближней дистанции обусловлена тем, что большинство бросков выполняется при проходах под корзину после «обыгрывания» защитников на дальней и средней дистанциях (табл.1).

Таблица 1 – Результативность атакующих действий нападающих при использовании игрового пространства за защитниками (%)

Расстояние от защитника до корзины	Количество бросков	Результативность	Использование игрового пространства за защитником при атаке
Менее 3м	42	62	10
От 3м до 6,25м	53	41	36
Свыше 6,25м	29	38	53

В современном баскетболе до 90% атак происходит в условиях активных действий защитников (рис.3). При среднем и высоком уровне активности защитных действий игроки разных амплуа показывают низкую результативность бросков.

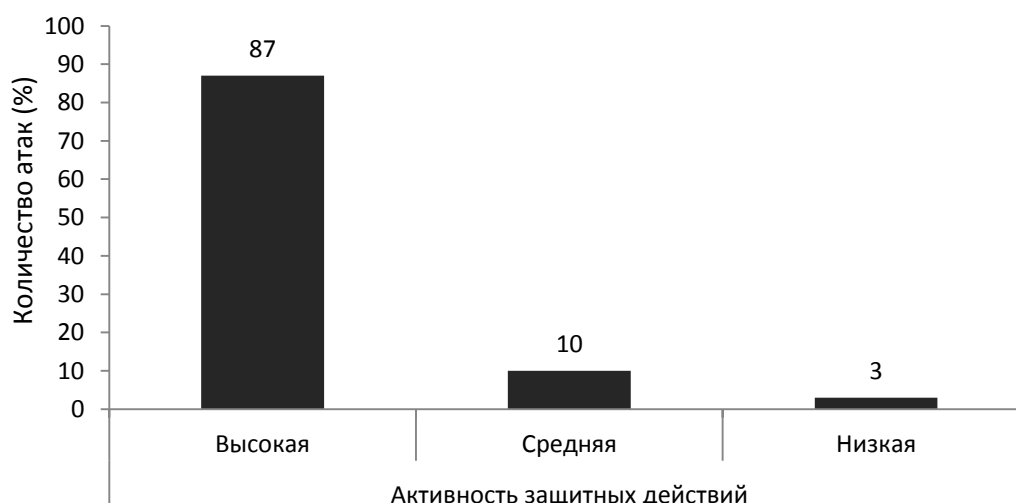


Рисунок 3 – Проявление активности защитных действий баскетболистов в соревновательной деятельности

Более высокой результативностью отличаются игроки, превосходящие в росте «опекающих» их защитников. Низкую результативность в игре против центровых игроков демонстрируют разыгрывающие защитники и атакующие защитники.

Активность защитных действий в игровой деятельности баскетболистов различной квалификации возрастает по мере приближения к корзине. Безусловно, в данном случае, сказывается ростовой фактор. Так как низкорослые баскетболисты демонстрируют меньшую результативность, то возникает настоятельная необходимость целенаправленной тренировки бросков с сопротивлением превосходящих в росте защитников. Однако высокая активность защитных действий определяется не только ростовыми показателями. Большую роль в противодействии защитников броскам мяча играют индивидуальные действия: характер передвижений на разных расстояниях до нападающего; выбор оптимальной дистанции до нападающего (табл.2).

Таблица 2 – Использование защитниками тактических взаимодействий в процессе выполнения атакующих действий при бросках мяча (%)

Тактические взаимодействия защитников	Количество атак
Индивидуальная опека	75
Групповой отбор мяча	4
Подстраховка другого защитника	21

В ранних исследованиях показано, что значительное снижение точности происходит в бросках с дальней дистанции во второй пятиминутке встречи, которое к концу 10-й минуты достигает 21%. Низкая результативность бросков мяча в корзину объясняется: более плотной и активной защитой в первые 5–6 минут игры; скованностью действий игроков в первые минуты игры, возникающей в силу действия предстартового состояния; повышением интенсивности двигательной деятельности [3].

В результате наших исследований было выявлено, что в первые минуты каждого периода происходит основная часть бросков с активным сопротивлением защитников. С уменьшением активности защитных действий повышается количество реализованных бросков, что особо заметно во втором и третьем периоде игры.

В соревновательной деятельности квалифицированных баскетболистов отмечается проявление высокой активности защитных действий практически на протяжении всей игры, за исключением середины каждой четверти. Это объясняется тем, что в начале каждой четверти игроки предельно мобилизуют свои силы, для того чтобы сбить темп игры сопернику и не позволить почувствовать уверенность при реализации атакующих действий.

В конце каждой четверти игроки защищающейся команды стараются не допустить перед перерывом успешных завершений атак соперником. Особенно это касается четвертой четверти, в которой часто последние минуты и секунды оказываются решающими и определяют конечный ре-

зультат игры. В это же время наблюдается и проявление максимально высокой активности защитных действий и защитных взаимодействий. В середине каждой четверти игроки соперничающих команд приспосабливаются к атакующим и защитным действиям друг друга и начинают играть либо с большей импровизацией, отходя от стандартных тренерских схем, либо наигрывают тактические комбинации, акцентируя внимание на разнообразии нападающих действий.

Выводы. Современный защитник должен обладать отличной технико-тактической подготовленностью и умением использовать защитные навыки, особенно при сближении с нападающим игроком и его сопровождением. Также значимо своевременное использование взаимодействий с партнерами для предотвращения атак. Это позволяет защитникам «подстраховывать» друг друга за счет «переключений» в защите, а также применять групповой отбор мяча.

В результате изучения особенностей защитных действий выявлены характерные ситуации опеки, при которых происходит снижение результативности баскетболистов: применение плотной опеки защитником на расстоянии до 1-го метра от атакующего игрока; расстояние (до 3-х м) от защитника, применяющего плотную опеку по отношению к атакующему игроку, до корзины; увеличение дистанции бросков в условиях плотной опеки.

Литература:

1. Гераськин, А.А. Деятельностный подход как метод анализа и совершенствования подготовки спортсменов игровых видов спорта / А.А. Гераськин и др. // Материалы VI международной научно-практической конференции психологов физической культуры и спорта «Рудиковские чтения». – М., 2010. – С. 270–272.
2. Козин, В.В. Противодействия соперников как решающий фактор, влияющий на результативность бросков в баскетболе / В.В. Козин // Актуальные вопросы совершенствования учебно-тренировочного процесса: материалы II-ой научно-практической конференции преподавателей и аспирантов. – Омск: изд-во СибГУФК, 2009. – С. 69–74.
3. Пельменев, В.К. Исследование эффективности сопряженного метода совершенствования точности бросков мяча в кольцо у баскетболистов старших разрядов : автореф. дис. ... канд.пед.наук / В.К. Пельменев. – Л., 1976. – 21 с.
4. Csataljay, G. Principal components analysis of basketball performance indicators [Text] / G. Csataljay, P. O'Donoghue, M. Huges, H. Dancs // World Congress of Performance Analysis of Sport VIII. – Deutschland: Otto-von-Guericke-Universität Magdeburg Department of Sports Science, 2008. – P. 737–743.
5. Jianyun, C. A unified framework for semantic content analysis in sports video / C. Jianyun, L. Yunhao, L. Songyang, W. Lingda // Proc. 2nd Int. Conf. Information Technology for Application (ICITA), 2004. – P. 149–153.
6. Nepal, S. Automatic detection of goal segments in basketball videos / S. Nepal, U. Srinivasan, G. Reynolds // Proc. ACM Multimedia, 2001. P. – 261–269.